

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG
PENANGANAN SINDROM PRA MENSTRUASI TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWI
SMA NEGERI 2 SUKOHARJO**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh:

NAMA : Andam Dewi Suhartini

NIM : J 210.060.081

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2010

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. Kesehatan reproduksi mencakup keseluruhan kehidupan manusia sejak lahir sampai manusia tersebut mati, secara nasional terdapat empat komponen prioritas dalam kesehatan reproduksi, yaitu kesehatan ibu dan bayi baru lahir, keluarga berencana, pencegahan dan penanganan penyakit menular seksual termasuk HIV/AIDS, dan kesehatan reproduksi remaja (DepKes, 2001).

Manusia dalam perkembangannya melewati beberapa fase, salah satunya adalah masa remaja. Masa remaja merupakan bagian dari siklus tumbuh kembang anak mulai dari saat konsepsi sampai dewasa. Masa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Hurlock, 1998). Periode transisi tersebut ditandai dengan perubahan fisik dan psikis. Perubahan ini dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja, serta menimbulkan persoalan dan permasalahan remaja.

Persoalan dan permasalahan remaja menarik untuk dikaji karena remaja tidak mempunyai status yang jelas dalam periode perkembangannya dan berada dalam masa peralihan. Remaja dianggap sebagai *adolescence*

yakni masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa (Begum dan Ginneken, 2000). Masa remaja tidak hanya dibatasi oleh aspek umur, melainkan terdapat berbagai karakteristik perubahan baik biologis, psikologis, fisiologis maupun aspek sosial (Begum, 2000). Pada masa tersebut remaja juga menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang dialaminya baik fisik, psikis dan fungsi-fungsi. Salah satu perubahan yang dialami remaja adalah perubahan pada organ reproduksi yaitu terjadi kematangan seksual yang meliputi tanda-tanda primer dan sekunder (Narendra, 2002).

Kematangan seksual masa remaja ditandai dengan adanya perubahan yang sangat besar yang menyangkut perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Pada anak perempuan akan terjadi pematangan seksual yang ditandai dengan perubahan bertahap dari tanda-tanda kelamin sekunder yaitu pertumbuhan rambut pubis serta datangnya menstruasi yang pertama kali atau *menarch* (Puryatni, 2002).

Ketika seorang anak perempuan menginjak remaja, peristiwa yang menandai pubertas adalah menstruasi yang pertama (*menarche*). Sayangnya tidak semua anak perempuan mendapatkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi sehingga dapat melakukan persiapan yang cukup untuk mengenali dan menyambutnya (Wahyudi, 2001). Remaja juga tidak mengetahui penanganan yang tepat dalam menghadapi gangguan atau gejala yang muncul saat menjelang serta selama menstruasi.

Menjelang atau selama menstruasi, perempuan dapat mengalami kekakuan atau kejang atau kram perut, payudara terasa nyeri, murung dan

ingin marah. Kejadian demikian disebut *Premenstrual Syndrome* atau Sindrom Premenstruasi. Sindrom premenstruasi secara luas dikenal sebagai suatu gangguan yang berhubungan dengan perubahan hormonal pada siklus menstruasi yang dapat mengganggu secara fisik maupun ketenangan emosional pada wanita selama usia produktif. Gangguan itu terjadi selama tahap luteal dari siklus menstruasi. Banyak wanita-wanita mengalami gejala ringan dan sekitar 30%-50% wanita menderita gejala PMS tingkat berat. Gejala antar individu berbeda seperti tekanan, sifat lekas marah, suasana hati gelisah dan bengkak (Thys-Jacobs, 2000).

Tingginya masalah PMS pada wanita akan berdampak pada kualitas hidupnya. Sebanyak 85% sampai dengan 97% wanita usia produktif mengalami beberapa gejala selama tahap premenstruasi dari siklus menstruasi. Gejala-gejala tersebut ada yang bersifat cukup berat dan parah atau sangat berat, sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Sebanyak 80% dari wanita usia produktif telah mengalami perubahan secara fisik dan emosional. Sekitar 40% dari wanita-wanita dari usia yang produktif mengalami gejala-gejala premenstrual cukup untuk mempengaruhi hidup mereka sehari-hari sampai taraf tertentu, dan sebanyak 3% sampai 5% yang mengalami kelemahan cukup parah. Carr (2001) menyatakan sebanyak 20-40% wanita usia produktif mengalami beberapa gejala PMS cukup berat dan sebesar 5% bersifat sangat berat yang sangat mengganggu kehidupan mereka.

Gejala yang timbul pada Sindroma Premenstruasi (PMS) antar individu berbeda namun gejala-gejala yang paling umum adalah kelelahan,

sifat lekas marah, bengkak abdominal, dada sakit, suasana hati labil antara kesedihan dan kemarahan yang silih berganti serta depresi (Bendich, 2000). Hal ini menggambarkan bahwa pentingnya pengetahuan kesehatan reproduksi bagi remaja sejak dini, terutama tentang menstruasi dan gangguannya. Menurut Nuranna (2003), menyatakan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi sebaiknya dilakukan sejak remaja, karena seseorang akan dapat mengenali kelainan pada kesehatan reproduksinya sedini mungkin., terutama tentang menstruasi dan gangguannya. Selain itu, perlu diketahui susunan anatomi dari organ reproduksi meliputi badan rahim, ovarium, maupun leher rahim. Dengan demikian, pengetahuan remaja akan meningkat tentang menstruasi dan gangguannya.

Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan tentang proses dan kesehatan selama menstruasi, terutama sindrom pramenstruasi beserta penanganannya. Remaja putri akan mengalami kesulitan menghadapi menstruasi jika sebelumnya mereka belum pernah mengetahui atau membicarakannya baik dengan teman sebaya atau dengan ibu atau keluarga. Namun tidak selamanya ibu dapat memberikan informasi tentang menstruasi karena terhalang tradisi yang menganggap tabu untuk membicarakan tentang menstruasi, sehingga akan mempengaruhi terhadap kualitas kesehatan selama menstruasi pada remaja (Donya, 2003). Bahkan menurut George (2003) dilaporkan bahwa orang tua khususnya adalah ibu tidak pernah mendidik anak perempuannya tentang berbagai hal terutama tentang menstruasi, awal menstruasi, perawatan menstruasi dan bagaimana menjaga kesehatan wanita

selama masa menstruasi. Untuk itu penelitian ini penting dilaksanakan karena terdapat kesenjangan antara apa yang seharusnya diketahui oleh para remaja putri tentang kesehatan menstruasi dengan kenyataan yang terjadi sehingga jelas akan berpengaruh terhadap masalah kesehatan khususnya kesehatan menstruasi terutama dalam menghadapi sindrom pramenstruasi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan tanggal 6 Oktober 2009 terhadap 10 siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo, diketahui 8 siswi mengalami gejala yang mengarah pada sindrom pramenstruasi dan mengatakan bahwa kurang mengetahui penanganan sindrom pramenstruasi. Mereka mengatakan sering mengalami nyeri payudara, sakit kepala, kelelahan, rasa cepat marah, sensitif, gangguan kulit (jerawat), serta nafsu makan meningkat menjelang menstruasi. Upaya penanganan yang telah dilakukan oleh siswi terhadap sindrom pramenstruasi adalah dengan mengoleskan minyak kayu putih pada daerah nyeri, meminum obat analgesik, dan sebagian lagi hanya membiarkan gejala tersebut.

Pengetahuan kesehatan reproduksi pada siswi didapatkan dari mata pelajaran biologi, yaitu tentang sistem reproduksi manusia. Pada mata pelajaran ini, hanya membahas susunan anatomi organ reproduksi manusia dan fungsinya, tidak membahas permasalahan-permasalahan yang menyertai sistem reproduksi, upaya pencegahan dan pengobatannya. Mereka mengatakan kurang mengetahui mengenai sindrom pramenstruasi beserta penanganannya. Oleh karena itu, pentingnya pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan tentang sindrom pramenstruasi serta penanganannya ini bagi

mereka sehingga meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap mereka dalam menangani gejala sindrom tersebut.

Sindrom pramenstruasi yang dibiarkan tanpa adanya penanganan akan mengakibatkan suatu kondisi yang memprihatinkan. Siswi mengungkapkan saat mereka mengalami gejala sindrom pramenstruasi, mereka tidak dapat mengikuti mata pelajaran, mengikuti mata pelajaran tetapi tidak bisa berkonsentrasi dan selalu merasa cemas, serta adapula siswi yang tidak masuk sekolah. Dampak tersebut dapat mengganggu kestabilan kegiatan belajar mengajar yang telah diprogramkan oleh pihak sekolah. Untuk itu, informasi berupa pendidikan kesehatan tentang sindrom pramenstruasi beserta penanganannya sangat penting diberikan pada siswi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan mereka dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Bertitik tolak dari permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan uraian tersebut diatas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan, “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindroma pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi pada siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo.
- b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi pada siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo.
- c. Untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap tentang penanganan sindrom pramenstruasi antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah untuk mengaplikasikan ilmu yang diperoleh di bangku kuliah dan pengalaman nyata dalam melakukan penelitian, serta menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan pengkajian kesehatan reproduksi remaja.

2. Bagi Sekolah

Sebagai bahan pertimbangan dan evaluasi kepada sekolah mengenai pentingnya pendidikan kesehatan bagi remaja dalam menghadapi sindrom pramenstruasi.

3. Bagi Perawat

Sebagai bahan pertimbangan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi bagi masyarakat.

4. Bagi siswi

Untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang sindroma pramenstruasi sehingga dapat menangani gejala-gejala sindrom pramenstruasi tersebut sehingga dapat berkonsentrasi belajar dan kegiatan belajar mengajar dapat stabil kembali.

E. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti, penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo belum pernah dilakukan, tetapi penelitian yang sejenis pernah dilakukan :

1. Penelitian Fauziah (2004) Pengetahuan, sikap, perilaku tentang menstruasi dan gangguan menstruasi pada remaja putri di Kabupaten Purworejo dengan metode wawancara serta observasi. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan rancangan *cross-sectional* dan

pendekatan kuantitatif. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja putri tentang menstruasi dengan mengetahui terjadinya gangguan menstruasi di Kabupaten Purworejo. Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku tentang menstruasi, dan variabel terikat yaitu gangguan menstruasi. Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan 2 variabel : variabel bebas yaitu pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi, variabel terikat yaitu tingkat pengetahuan dan sikap tentang penanganan sindrom pramenstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan *pretest and posttest with control group design*.

2. Penelitian Qurratun Aini (2006) Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan dismenore pada siswi SMA Negeri 1 Jetis Bantul di Yogyakarta dimana pengumpulan data menggunakan kuisioner. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan dismenore pada siswi SMA Negeri 1 Jetis Bantul di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan 2 variabel : variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan tentang menstruasi, variabel terikat yaitu upaya penanganan dismenore.

Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan 2 variabel : variabel bebas yaitu pendidikan kesehatan tentang penanganan sindrom pramenstruasi, variabel terikat yaitu tingkat pengetahuan dan sikap tentang penanganan sindrom pramenstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan *pretest and posttest with control group design*.

3. Penelitian Iryanti (2001) tentang Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi melalui metode pendidikan sebaya terhadap pengetahuan dan sikap remaja dalam pencegahan kehamilan tak diinginkan di SMKN 15 Bandung. Dalam penelitian ini, Iryanti (2001) memperoleh kesimpulan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan kehamilan tak diinginkan setelah memperoleh pendidikan kesehatan.